

Curso-Taller

Pedagogía para el Desarrollo Personal

Curso académico 2014/2015
Escuela de Relaciones Laborales (C/San Bernardo, 49)

Profesor: **Rafael Sáez Alonso**

Contacto: rasaez@edu.ucm.es

Horario: miércoles de 18.30 a 20.30 horas
Del 29 de octubre al 26 de noviembre de 2014

El curso-taller “*Pedagogía para el Desarrollo Personal*” quiere ser una **R-evolución del desarrollo personal en la segunda mitad de mi Vida** como Re-curso para:

.Re-aprender

.Re-generar mi realidad

.Re-pensar relajadamente

.Re-pasar y

.Re-construir mi felicidad.

Objetivo: Desarrollar en los participantes unas competencias en valores, emociones y análisis de la realidad para la segunda mitad de su vida. El objetivo del curso es responder a esta pregunta: Yo una persona de 50 años ó 58 ó 65 ó 75 ó 79 ó 90 años, *¿qué quiero hacer con mi vida en la segunda mitad de mi vida?*

Justificación

El desarrollo de una persona no sólo se lleva a cabo durante la infancia o adolescencia, sino a lo largo de toda la vida. A parte de modificar o perfeccionar las pautas de comportamiento, también se aprenden nuevos conocimientos y nuevas formas de ver la vida.

Aunque físicamente envejecemos, nuestra personalidad sigue creciendo. El comportamiento se construye a través de una compleja transacción entre el individuo y el contexto socio-cultural, y por tanto lo desarrollamos

constantemente porque durante toda nuestra vida nos relacionamos, independientemente de los cambios que se dan en la edad adulta, cambios que generan la necesidad de adaptación desarrollando herramientas para afrontarlos favorablemente.

Objetivos del curso

Mediante el taller se intentará generar experiencias positivas en los participantes tomando contacto con nuestros valores, emociones y realidad. Estudiaremos las relaciones entre las personas, también denominadas transacciones, y haremos énfasis en las que permitan un crecimiento humano sano buscando trabajar aquellas que bloqueen ese crecimiento.

Trataremos de potenciar nuestras herramientas para aprovechar al máximo todas las oportunidades que nos rodean con el fin de alcanzar la autonomía, entendiéndola como una forma de hacernos conscientes de nuestras motivaciones, deseos, y tomar la iniciativa de nuestras decisiones.

Según el análisis transaccional hay 3 tipos de “Yo” y según cuál de ellos usemos actuamos de un modo u otro intentando comprender por qué actuamos de la manera en que lo hacemos.

Programa

Presentación y bienvenida.

Módulo I: Presentación del Análisis Transaccional

- ¿Qué es el Análisis Transaccional?
- Principales instrumentos del Análisis Transaccional.

Módulo II: ¿Cómo funciona mi personalidad?

- Estados del Yo Padre, Adulto y Niño.
- ¿Cómo me relaciono con los demás en la segunda mitad de mi vida?

Módulo III: La relación con uno mismo y la relación con los otros: Las Caricias.

- Las Caricias en la edad adulta.
- Concepto de Caricia.
- La diversidad de Caricias
- Leyes de economía de Caricias.
- Leyes de abundancia de Caricias.

Módulo IV: Continuación del Módulo de Las Caricias.

- Reglas del funcionamiento de la batería de Caricias.
- Extorsión de Caricias.
- Aprender a Pedir y Dar Caricias.

Evaluación final y Despedida